

# MEDIO AMBIENTE

El 5 de junio se celebra el Día Mundial del Medio Ambiente

Cuidar nuestros ecosistemas y fomentar el respeto al medio ambiente.

El medio ambiente y la salud están relacionados de manera estrecha.

## SALUD AMBIENTAL

La salud ambiental engloba aquellos factores del ambiente que podrían incidir en la salud.

Específicamente, está relacionada con los factores físicos, químicos y biológicos externos de las personas.

Por eso, la calidad del entorno es vital para la buena salud y desarrollo de las personas.

# COMO NOS AFECTA



ENFERMEDADES  
RESPIRATORIAS

ENFERMEDADES  
ENDOCRINOLOGICAS

ENFERMEDADES  
INMUNOLOGICAS



«Invertir en nuestro planeta»

# ¿Qué podemos hacer para mejorar la salud ambiental?

En el caso de la contaminación del aire, disminuir sus niveles puede reducir la carga de morbilidad y mortalidad.

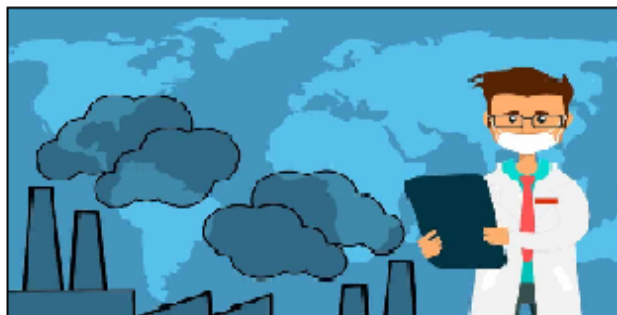
## Medio Ambiente

Adoptar estrategias en los sectores del transporte, planificación urbana y generación de electricidad e industria permitirían esta reducción.

Es la hora de la naturaleza, porque revertir todo lo anterior y tomar medidas para [cuidar los ecosistemas](#) y la biodiversidad es la única opción para conseguir un planeta sostenible. El medio ambiente y la salud humana dependen de ello.

*“si los países no adoptan medidas para que los ambientes en los que se vive y se trabaja sean sanos, millones de personas seguirán enfermando y muriendo prematuramente”*

*“un ambiente sano es la base de la salud en la población”.*



El origen de nuevos patógenos como el SARS-CoV-2 proviene de la **degradación ambiental**, por lo que la actual pandemia de la COVID-19 debería hacernos ver la **conexión que hay entre nuestra salud y el medio ambiente**



La contaminación ambiental es una enfermedad incurable. Solo puede ser prevenida.

Barry Commoner



«Invertir en nuestro planeta»



«Invertir en nuestro planeta»



Seguir una dieta saludable.

Mantenerse físicamente activo, a diario y cada uno a su manera.

Vacunarse.

No consumir tabaco en ninguna de sus formas.

Evitar el consumo de alcohol o reducirlo

Gestionar el estrés para una mejor salud física y mental.

Mantener una buena higiene.

Utilice más la bicicleta o, en su defecto, camine.



«Invertir en nuestro planeta»

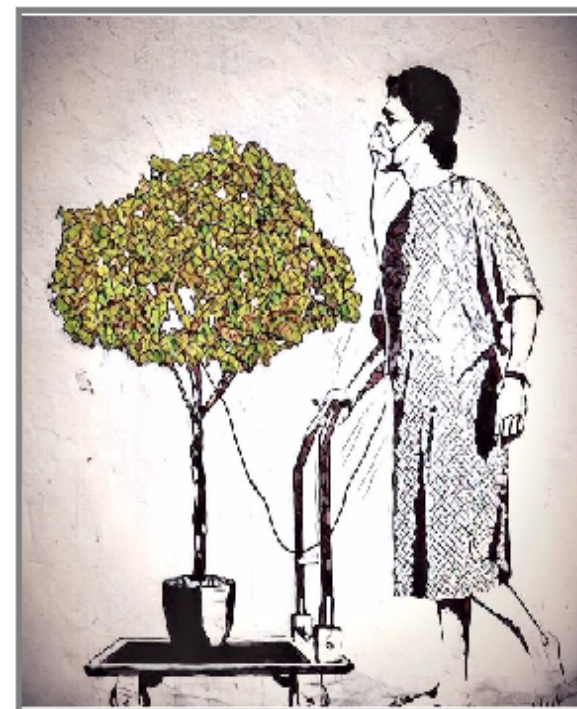


Comite de Seguridad y Salud en el Trabajo

# UNAP

«Invertir en nuestro planeta»

## SALUD Y MEDIO AMBIENTE



“Proteger el medio ambiente es la única forma de garantizar la salud de sus habitantes”